***План-конспект фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре***

***для обучающихся школьного возраста (9-11 класс)***

Раздел: Футбол

Класс: 11

Цель: Формирование техники выполнения удара пяткой у обучающихся на уроке физической культуры при изучении раздела футбол в 11 классе.

Образовательная задача: Совершенствовать технику выполнения удара пяткой у обучающихся на уроке физической культуры при изучении раздела футбол в 11 классе посредством выполнения остановки и передачи мяча.

Оздоровительная задача: Развивать физические качества (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) у обучающихся на уроке физической культуры при изучении раздела мини- футбол в 11 классе посредством выполнения удара по катящему мячу.

Воспитательная задача: Формировать умения выполнения коллективных действий у обучающихся на уроке физической культуры при изучении раздела футбол 11 классе посредством выполнения упражнений в парах.

Инвентарь и оборудование: мячи футбольные, секундомер.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Содержание фрагмента основной части учебного занятия | Оборудование | Дозировка | Корректировка содержания / дозировки | Организационно-методические указания |
| 1. Построение класса. |  |  |  |  |
| 2. Сообщение задач фрагмента учебной части |  |  |  |  |
| 2.1. Совершенствовать технику выполнения удара пяткой у обучающихся на уроке физической культуры при изучении раздела мини-футбол в 11 классе посредством выполнения остановки и передачи мяча.  2.2. Развивать физические качества (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) у обучающихся на уроке физической культуры при изучении раздела мини- футбол в 11 классе посредством выполнения удара по катящему мячу.  2.3. Формировать умения выполнения коллективных действий у обучающихся на уроке физической культуры при изучении раздела баскетбол в 11 классе посредством выполнения упражнений в парах. |  |  |  |  |
| * 1. Выполнение удара пяткой..   И.п.- При выполнении удара пяткой опорную ногу  следует поставить на уровне и чуть сбоку от мяча.  Бьющая нога после замаха сначала проходит над мячом или же сбоку от него, а  затем обратным движением наносит удар пяткой в середину мяча. | мяч футбольный | 1 мин | 4 раза | Обратить внимание, чтобы в момент удара бьющая нога и  мяч оказываются не на одной линии с опорной ногой, а впереди. В этом случае  удар, как правило, приходится по верхней части мяча. |
| 3.2.  Удар у стены.  И.п. -удар выполняется по неподвижному мячу. Мяч ставится напротив стены, наносится удар, отскочивший мяч останавливается, затем выполняется новый удар. Расстояние до стены не менее трех метров. Начинать бить по мячу с короткой дистанции — 1,5—2 м, а затем после каждого удара немного отходить. Выполнять не менее одной минуты. | мяч футбольный | 1 мин | 5-6 раз | Обратить внимание на точность выполнения удара пяткой в парах. |
| * 1. Выполнение удара пяткой в парах.   И.п. -встаньте с партнером в 5–6 шагах друг от друга.  Повернитесь к нему спиной и нанесите удар пяткой с места, направляя мяч партнеру. Тот  останавливает мяч и, повернувшись на 180°, таким же образом направляет мяч в вашу сторону. | мяч футбольный | 5 мин | 5-6 раз | Обратить внимание на точность выполнения удара пяткой в парах. |
| Заключение |  | 1 минута |  | Подвести итоги, сообщение домашнего задания |